

Petra Knapp

Vergi dich selber nicht!

Ich-Bejahung ist kein Egoismus

Herderbücherei

Inhalt

Fang bei dir selber an	7
Eifersüchtig auf wen?	9
Eifersucht auf den Partner.	9
Eifersucht auf den Rivalen.	13
Der ausgeschlossene Dritte.	15
Klatschsucht und Neid	20
Ist es nicht gefährlich, die eigenen Wünsche wahr- zunehmen?.	22
Wie kommt man sich selbst auf die Schliche?.	26
Projektive Eifersucht	30
Regenbogenpresse	33
Fremde Stimmen	36
Räumen und Putzen	42
Wozu Ordnung?.	45
Was passiert, wenn Ordnung zum Selbstzweck wird?	47
Wer ist schuld?	51
Du bist schuld.	51
Wo liegt der Fehler?.	55
Ich bin schuld.	60
Es ist egal.	65
Der Sinn der Schuld.	68
„Zeit ist Geld“	71
Endlichkeit	76

Rosa Welt	82
Trost wird Ersatz	82
Glitzernde Zerstreuung	88
„Sei dankbar!“	90
Mißtrauen	94
Ersatz wird Sucht	100
Echtes und unechtes Helfen	111
Verantwortlich für dich bist ganz allein DU	120
Erlösung der Eltern	123
Anmerkungen	126
Literatur	128